



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior Plus*

Dyżury CAS ul. Cechowa 144
Kontakt CAS/ koordynator: tel. 515 281 211

Koordynator: Anna
Dyżur koordynatora: piątki 10:00-14:00

e-mail: radosnysenior@interia.pl

Dyżury od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	14.00 – 18.00
Wtorek	14.00 – 18.00
Środa	10.00 - 14.00
Czwartek	14.00 – 18.00
Piątek	10.00 - 14.00

OBOWIĄZUJE OD 01.09.2025r.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2025r

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
Poniedziałek	10.30 – 11.30	Gimnastyka	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	15.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Wtorek	10.00 – 11.00	Zajęcia rozciągające	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	15.30 – 18.30	Zajęcia Praktyczno-techniczne	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Środa	12.00 – 14.00	Florystyka	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144
Czwartek	9.00 – 11.00	Nordic walking	Zajęcia plenerowe spotykamy się przy Parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa
	14.30 – 16.30	Trening umysłu	Salka przy Parafii, ul. Cechowa 144

Piątek	10.00 – 11.00	ZUMBA	KS Orzeł, ul. Niebieska 2
	12.30 – 13.30	Aqua aerobik	Ul. Ludwinowska

Zajęcia dodatkowe od 01.09.2025r

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
17.09.2025r.	15.00	Spotkanie integracyjne (grill)	Ul. Podedworze 17C
28.09.2025r.	15.00	Koncert „Melodie Południowych Winnic”	Centrum Macierzy Polonii Wola Węclawska Wyjazd z parkingu przy parafii o godzinie 13.30 (Wcześniejsze zapisy pod nr. Telefonu 515-281-211)